

Vi taber milliarder på medarbejdere, der blot "møder op"

Globalt koster overbelastning 530 mia. dollar i tabt produktivitet. Vi løser det ikke med flere strategier, men ved at hente trivselen helt ned i øjenhøjde, hvor medarbejderen befinder sig i en travl hverdag.

Danske virksomheder har aldrig brugt flere penge på trivsel, end de gør i dag. Vi tilbyder frugtordninger, yoga i frokostpausen og hurtig adgang til psykologhjælp. Intentionen er prisværdig, men resultatet er nedslående. Sygefraværet stiger, engagementet daler, og mange ledere står tilbage med en følelse af, at de massive investeringer i "det gode arbejdsliv" ikke veksles til øget performance.

Problemet er ikke mangel på vilje, men en fundamental fejl i vores forståelse af, hvad trivsel er.

Vi har udliciteret ansvaret for medarbejdernes mentale overskud til HR-afdelinger og eksterne behandlere, som om trivsel var en reparation. Men trivsel skabes eller nedbrydes i selve hverdagen og organiseringen af arbejdet. Det er på tide, at vi ser det som et hardcore produktivitetsspørgsmål.

Vi tror fejlagtigt, at vi skal løbe hurtigere for at nå mere. Men tallene fra World Economic Forum (WEF) fortæller en anden historie. Globalt mister arbejdsgivere årligt 530 mia. dollar i tabt produktivitet.

Det mest opsigtsvækkende er dog, at tabet ikke kun skyldes de medarbejdere, der ligger syge derhjemme.

Det skyldes i høj grad *presenteism* - medarbejdere, der er fysisk til stede, men mentalt fraværende eller ineffektive på grund af overbelastning.

Når vi presser organisationen til det yderste med konstant tilgængelighed og *back-to-back*-møder, køber vi reelt set timer, men vi mister hjernekræft.

Det er her, den virkelige økonomiske lækage findes: I de tusindvis af timer, hvor medarbejdere og ledere opererer i en biologisk tilstand, hvor de er ude af stand til at træffe skarpe beslutninger eller tænke kreativt.

Forskningen inden for adfærdspsykologi og hjerneforskning er entydig: En hjerne under konstant pres skifter til en overlevelsestilstand. Når nervesystemet er overbelastet, bliver den præfrontale cortex, hjernens center

”

Forskningen inden for adfærdspsykologi og hjerneforskning er entydig: En hjerne under konstant pres skifter til en overlevelsestilstand.

LISA BEUSCHAU



for kompleks problemløsning, mindre aktiv eller endda sat ud af kraft.

Her findes ingen innovation, kun tunnelsyn. Det skaber et "performance gap", hvor afstanden mellem medarbejderens potentiale og den faktiske eksekvering bliver større og større. Vi kan ikke løse problemer skabt af overbelastning ved at skrue op for tempoet. Vi er nødt til at ændre den biologiske tilstand, vi arbejder i.

Løsningen findes ikke i flere kurser i personlig effektivitet, men i at ændre de små strukturelle mønstre i hverdagen. Videnskaben viser, at vi kan påvirke vores kognitive kapacitet markant gennem meget korte, men præcise interventioner.

Det handler om at forstå, at menneskelig performance ikke er lineær, men bølgeformet. Ved at integrere strategiske pauser og mikro-vaner, dvs. små "resets" af blot 60 sekunders varighed, kan vi aktivt regulere nervesystemet midt i en travl hverdag.

Disse mikropauser er ikke "wellness". De er systematiske nulstillinger, der gør det muligt at bevare fokus og energi hele dagen. Når en leder giver plads til, at nervesystemet kan falde til ro mellem opgaver, investerer

man direkte i kvaliteten af det næste output. Det er ikke spildtid; det er en optimering af organisationens vigtigste aktiv: Den kognitive båndbredde.

Det er på tide, at vi taler om *return on investment*, når vi taler om trivsel. En organisation, der mestrer balancen mellem belastning og restitution, er ikke bare et rart sted at være; det er en organisation med højere beslutningshastighed og en markant lavere risiko for kritisk videnstab.

Ledere skal ikke være teapeuter. Men ledere skal være arkitekter af et arbejdsmiljø, hvor menneskelig performance er biologisk mulig.

Vi skal stoppe med at behandle symptomerne på dårlig ledelse med sundhedsforsikringer og i stedet starte med at lede efter de principper, der rent faktisk får mennesker til at fungere.

At investere i medarbejdernes evne til at "resette" deres system er ikke bare god personalepleje, men en behårdet konkurrencefordel, der øger profitabiliteten. Det kræver ikke nødvendigvis flere ressourcer eller flere timer i døgnnet; det kræver blot, at vi tør respektere de biologiske spilleregler for det gode arbejde.

KOMMENTAR

LISA BEUSCHAU
Rådgiver, forfatter og stifter af 1-Minutsmetoden

Inventar

ConSet
Bæredygtig, enkelt og sikkert
Producent siden 2000

501-39
Stabil og effektiv
Elektriske hæve- sænkeborde

Priser fra
3770,- inkl. moms
95 - 114 kg

Find forhandler på ConSet.dk eller ring på tlf. 9680 0080

Følg Jyllands-Posten



Ferie

ÆRØ HOTEL
4 dages særtilbud fyldt med oplevelser på Ærø

Kr. 3.345,-
Pr. person - tillæg for enkeltværelse

3 x overnatning i std. dobbeltværelse inkl. morgenbuffet • 2 x 2-retters aftenmenu • 1 x 3-retters aftenmenu inkl. 2 timers husets øl, vand og vin ad libitum (tirsdag) • 3 x eftermiddagssnacks med kaffe og kage • 2 x frokost • 1 x frokost på Miss Sophy Gastroclub (særlig ærøsk kartoffelmad) • 1 x fægebillet t/r med ÆrøXpressen • 1 x dinnermusik, underholdning og mulighed for dans (tirsdag) • 1 x byvandring i Marstal • 1 x entrébillet til Marstal Søfartsmuseum • 1 x rundvisning på Marstal Navigationsskole

Ankomst søndage og tirsdage i maj og juni 2026

Benyt annoncekode J13 og book via tlf. 6253 2406 eller på www.aeroehotel.dk